



## Il corpo a scuola

**Nicolò Osterwalder**, esperto disciplinare della scuola dell'obbligo per le scienze naturali, presidente della Commissione per l'educazione affettiva e sessuale nelle scuole (CEAS)

Giovenale, nel primo secolo dopo Cristo, scrive nella decima Satira: “Orandum est ut sit mens sana in corpore sano”. Oggi potremmo parafrasare Giovenale con l’obiettivo di indurre le giovani generazioni a perseguire valori che vanno oltre i beni materiali, facendo loro capire che un buon punto di partenza nella vita consiste nel coltivare un concetto di salute del corpo e della mente. Una mente sana e un corpo sano costituiscono di fatto due facce di una stessa medaglia, due finalità che andrebbero perseguite per assicurare una piena realizzazione della persona attraverso un concetto di salute che potremmo definire, a buona ragione, olistico. Accanto a Giovenale, vorrei richiamare Donella Meadows, autrice del volume *I limiti dello sviluppo*, una delle persone che per prima, nel 1972, suonò il campanello d’allarme che oggi sentiamo sempre più forte in relazione alla finitezza del nostro mondo e delle risorse che circoscrive. Queste risorse non sono solo materiali, ma anche di natura etica e morale. Per farci capire quale dovrebbe essere la prospettiva verso cui tendere, Meadows ci ricordava che: “le persone non hanno bisogno di possedere macchine enormi: esse hanno bisogno di ammirazione e rispetto; non hanno bisogno di un costante flusso di nuovi vestiti: hanno invece bisogno di sentire che gli altri le considerano attraenti, hanno bisogno dell’eccitazione della varietà e della bellezza; le persone non hanno bisogno neppure di intrattenimento digitale: hanno bisogno di occuparsi in qualche cosa che sia interessante per le loro menti e che possa trasmettere emozione. Provare a riempire dei bisogni reali ma non materiali – di identità, comunità, stima in sé stessi, sfida, amore e gioia – con oggetti materiali significa avviare una corsa irrefrenabile verso false soluzioni che non potranno mai colmare questi stessi bisogni immateriali. Una società – e per estensione una scuola – che ammette, riconosce e articola i bisogni della persona che non sono materiali e trova delle soluzioni immateriali per soddisfarli avrà bisogno di molte meno materie prime ed energia e consentirà una realizzazione assai più soddisfacente di tutte le componenti che costituiscono la salute di una persona” (Meadows 1972, p. 261). Con questa citazione ho voluto chiarire un punto importante: qualunque sia la tematizzazione del corpo che proponiamo in ambito scolastico, questa deve poter essere calata in una realtà didattica che permetta di andare oltre alle questioni anatomiche e fisiologiche.

I giovani stessi sembrano essere in alcuni casi un passo

avanti a noi. Gli scioperi per il clima avviati da Greta Thunberg nel 2018 ci danno da questo punto di vista un segnale importante: oggi, ragionare in termini di salute a 360 gradi – salute della persona e salute dell’intero pianeta – non deve più essere un tabù e non può essere un compito affidato esclusivamente alla politica; deve invece essere un obiettivo sociale globale. Con l’Agenda 2030, abbracciata dalla Confederazione e dai cantoni, si vuole andare in questa direzione e non è un caso che gli Obiettivi dello sviluppo sostenibile siano divenuti rapidamente la bussola sia dei programmi di legislatura che dei piani di studio. Anche nella scuola c’è dunque voglia, attraverso strumenti progettuali rinnovati, di contribuire ad un mondo migliore; un mondo nel quale si possano finalmente raggiungere le finalità ben espresse nella Legge della scuola: sviluppare il senso di responsabilità, favorire l’inserimento dei cittadini nel contesto sociale, promuovere il principio di parità tra uomo e donna, correggere gli scompensi socioculturali. Tutti questi temi possono a buona ragione risuonare quando si affronta il corpo a scuola.

Volendoci concentrare sul concetto di salute, che più si avvicina al grande tema del corpo, è utile ricordare alcune definizioni al fine di orientare le considerazioni che seguiranno. L’Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), nella sua definizione di salute, dichiara: “[la salute è da intendere come] uno stato di completo benessere fisico, mentale e sociale e non semplice assenza di malattia”. In questo modo l’OMS identifica *la salute* con uno stato di benessere fisico e psichico e la considera come un fattore non solo individuale ma anche collettivo. Nel concetto di salute entrano quindi in linea di conto, oltre all’omeostasi fisiologica, anche le componenti psicologiche e sociali. È interessante notare come l’individuo sia qui considerato nelle sue tre dimensioni: biologica, mentale e sociale. Con ‘salute’ non si intende dunque strettamente l’assenza di malattia: questa è proprio la prospettiva sviluppata nella scuola dove lo studio del corpo umano non si limita alle questioni legate alla sua biologia. Negli ambiti pre-disciplinari e in quelli disciplinari, per lo meno in riferimento alla scuola dell’obbligo, ci si confronta con il corpo in maniera da affrontare i temi e le problematiche da un punto di vista olistico, assumendo molteplici punti di osservazione, attraverso delle strategie e delle metodologie che sono di natura sistemica. Testimonianza di questo approccio sono le linee di sviluppo definite per la Dimensione dello studio d’ambiente nel-



Maya Nevo  
3° anno di grafica – CSIA

la scuola primaria e quelle che caratterizzano le Scienze naturali nella scuola media. Lo stesso spirito anima anche le *Raccomandazioni operative in relazione all'Educazione affettiva e sessuale nella scuola* (di cui il DECS si è dotato a partire dal 2016). L'Educazione affettiva e sessuale è forse l'aspetto educativo che più ha fatto discutere in passato, probabilmente vittima di un'eccessiva sessualizzazione nell'accezione più negativa del termine (ad esempio contenuti sessualizzati portati all'attenzione di bambini che ancora non hanno

le capacità e la necessità di contestualizzarli). Di fatto, l'Educazione affettiva e sessuale, che è un tassello fondamentale per lavorare in un'ottica di perseguimento delle finalità della scuola e per lo sviluppo di un concetto di salute e benessere olistico, è oggi un patrimonio stabile unicamente della lezione di Scienze che si svolge nel corso della terza media, all'interno del grande capitolo del corpo umano, e questo al di là degli sforzi intrapresi per fare in modo che essa potesse diventare un patrimonio comune a diverse discipline e,

soprattutto, entrare a far parte come dimensione strategica dei progetti educativi d'istituto. Ciò ci indica implicitamente che, nella scuola, una cultura radicata e generalizzata nei confronti dello studio del corpo umano, inteso come mezzo per promuovere la salute, è ancora da sviluppare appieno. Si badi che questo non significa che non esistano iniziative valide; la distribuzione di queste ultime sul territorio è tuttavia ancora variabile ed eterogenea, nonostante il *Piano di studio della scuola dell'obbligo ticinese* proponga un'ampia sezione dedicata sia alle Competenze trasversali che ai contesti di Formazione generale: l'appiglio perfetto per implementare uno studio del corpo umano improntato alla salute e al benessere.

Riprendiamo il filo del discorso considerando come spunto il tema del corpo umano in relazione alla sessualità. Sempre l'OMS ci viene in aiuto con alcune definizioni: “La salute sessuale è l'integrazione degli aspetti somatici, affettivi, intellettuali e sociali dell'essere sessuale in modalità positivamente arricchenti e che valorizzano la personalità, la comunicazione e l'amore” (OMS, 1972) e ancora “La salute sessuale è uno stato di benessere fisico, emotivo, mentale e sociale relativo alla sessualità; non consiste nella semplice assenza di malattie, disfunzioni o infermità. La salute sessuale richiede un approccio positivo e rispettoso alla sessualità e alle relazioni sessuali come pure la possibilità di fare esperienze sessuali piacevoli e sicure, libere da coercizione, discriminazione e violenza. Per raggiungere e mantenere la salute sessuale, i diritti sessuali di ogni essere umano devono essere rispettati, protetti e soddisfatti” (OMS, 2002). Confrontando queste due definizioni è evidente come il cambiamento di paradigma e lo sviluppo di una nuova prospettiva proposti dall'OMS portino da un lato a riferimenti sempre più espliciti ai diritti e, dall'altro, ad un approccio positivo alla sessualità. Questo spirito dovrebbe in futuro, combinato con una metodologia che può essere mutuata dallo sviluppo sostenibile (come è quello che caratterizza la revisione del Piano di studio di prossima pubblicazione), contribuire a promuovere uno studio del corpo umano che permetta, in maniera finalmente interdisciplinare, di integrare agli aspetti biologici anche quelli emotivi, mentali e sociali.

Ma che cosa succede dunque nella quotidianità scolastica? Alcune iniziative si muovono effettivamente nella direzione auspicata. Prima di tutto è interessante notare come la scuola negli ultimi anni abbia iniziato a

coinvolgere in maniera sempre più diffusa entità esterne nei ragionamenti intorno al corpo e alla salute, inizialmente attraverso interventi di sensibilizzazione in gran parte svincolati dalle normali attività didattiche. Con il passare del tempo questi interventi sono divenuti viepiù integrati in una visione strategica di istituto. In questo senso sono da menzionare le collaborazioni instaurate con diversi enti e fondazioni<sup>1</sup>. Più recentemente è stato lanciato il programma della Rete di scuole che promuovono la salute (Rete delle scuole21), coordinato a livello federale dalla fondazione *éducation21* e a livello cantonale da Radix. Questo progetto rappresenta un interessante passo avanti poiché permette agli istituti di ragionare in ottica strategica sul lungo periodo, dotandosi di una progettualità che mira a promuovere la salute e l'educazione allo sviluppo sostenibile come parte integrante della politica dell'istituto stesso.

Quali sono invece i supporti a disposizione dei docenti per sviluppare una moderna didattica del corpo con le proprie allieve e i propri allievi? Benché il Ticino abbia fatto la scelta di adottare solo in parte dei libri testo nell'ambito della scuola dell'obbligo, e questo sempre nell'ottica del supporto allo sviluppo degli insegnamenti disciplinari, oggi è a disposizione di docenti ed allievi una varietà di strumenti didattici validi, di provenienza testata e controllata. Alcuni di questi supporti sono stati in passato costruiti *ad hoc* attraverso appositi gruppi di lavoro: ne è un esempio il manuale *L'Incontro*, pensato per le scienze naturali ed utilizzabile in ambito transdisciplinare. Questo volume tematizza l'Educazione affettiva e sessuale andando a sviluppare delle riflessioni che coinvolgono sia il corpo che la mente dell'adolescente in un momento di profondo cambiamento e riassetto. Oltre a questo, ancora più recentemente, è stato possibile instaurare una collaborazione tra la Sezione dell'insegnamento medio e la Fondazione IBSA per la ricerca scientifica, che ha dato vita alla collana *Let's Science*, appositamente rivolta alla tematizzazione del corpo dal punto di vista della salute e del benessere (una volta completata, la collana sarà composta da dieci volumi). In questa raccolta, attraverso diversi argomenti di attualità che non sempre trovano spazio in un approccio classico al corpo umano fortemente caratterizzato da una visione legata all'anatomia e alla fisiologia, si discute di stili di vita ed esperienze legate alla quotidianità. Estendendo ancora di più il discorso, molti sono i supporti didattici ai qua-

## Nota

<sup>1</sup> Ad esempio ASPI per il tema del maltrattamento e in generale la protezione dagli abusi; i consultori in salute sessuale dell'EOC (CoSS) per le tematiche legate alla salute sessuale; i servizi di medicina scolastica per questioni legate all'igiene e alla sicurezza del corpo; l'Associazione Svizzera Non-fumatori per la lotta al tabagismo; Radix Svizzera italiana per la lotta alle dipendenze; i diversi programmi della Croce Rossa Ticino rivolti alla sensibilizzazione rispetto al bullismo; la Fondazione Ticino Cuore per i corsi di rianimazione cardiopolmonare (questo per citare alcuni specialisti attivi nella scuola e senza pretesa di esaustività).

li il docente può fare capo per tematizzare il corpo attraverso l'analisi di questioni emergenti legate alle dipendenze, alla sessualità, all'identità di genere, all'alimentazione e all'attività fisica: risorse messe a disposizione da associazioni di categoria e siti istituzionali. Un panorama assai ricco e variato all'interno del quale ogni docente può costruire la propria didattica facendo capo ad informazioni scientificamente attendibili, cosa di non poco valore in un'epoca dove la disinformazione tende a interferire anche con l'obiettivo di avere un corpo ed una mente sani.

Nei prossimi anni è certo che il corpo – inteso come mezzo ed espressione di uno stato di salute e benessere da promuovere – sarà oggetto sempre più spesso di iniziative di formazione continua rivolte ai docenti; questo poiché per coltivare un corpo e una mente sani è necessario acquisire dimestichezza con molti temi che hanno un impatto generale, e non necessariamente legato ad un particolare ambito disciplinare. L'orientamento del *Piano di studio della scuola dell'obbligo ticinese* verso un approccio sistemico che valorizza salute e sostenibilità dovrà essere adeguatamente supportato, e questo per fare sì che le buone intenzioni non finiscano con l'essere eccessivamente diluite e risultare incolori.

In conclusione, è possibile affermare che oggi il tema del corpo non è più qualcosa dal sapore unicamente anatomico e fisiologico, ma piuttosto qualcosa che spazia in parecchi ambiti intimamente legati con i nostri modi di comportarci nella vita di tutti i giorni. Un approccio metodologico e didattico caratterizzato da una visione olistica e sistemica contribuirà a raggiungere, a medio termine, una salute migliore attraverso una conoscenza situata dei limiti e delle potenzialità di questa bellissima entità che è, appunto, il nostro corpo.

## Bibliografia

Bonetti, Barbara; Boscato, Paola; Dell'Agnola, Daniele; Leonard, Christa; Lucchini, Gabriele; Osterwalder, Nicolò, *L'incontro*, Bellinzona, DECS, 2015.

Meadows, Donella H.; Meadows, Dennis L.; Randers, Jorgen; *Limits to growth: The 30-Year Update*, London, Earthscan, 2004 (1972).

WHO, *Education and treatment in human sexuality. The training of health professionals. Report of a WHO Meeting (WHO Technical Report Series, No. 572)*, Geneva, 1975.

WHO, *Defining sexual health. Report of a technical consultation on sexual health, 28-31 January 2002*, Geneva, 2006.

Collana *Let's Science*:

Marini, Maria Cristina; Titta, Lucilla, *E da oggi cambio vita - mangiare bene per vivere bene*, *Let's Science* vol. 1, Roma, Carocci, 2019.

Oliva, Francesco, *Muoviamoci - i benefici di una vita in movimento*, *Let's Science* vol. 2, Roma, Carocci, 2019.

Vassalli, Giuseppe, *Cuore e cervello si parlano - come i due organi interagiscono*, *Let's Science* vol. 3, Roma, Carocci, 2019.

Danani, Andrea, *Le onde e noi - cosa sappiamo sulle onde elettromagnetiche*, *Let's Science* vol. 4, Roma, Carocci, 2019.

Manconi, Mauro, *Sonno e sogni - perché dormiamo e cosa ci accade*

*quando non dormiamo bene*, *Let's Science* vol. 5, Roma, Carocci, 2019.

Mascaro, Francesco, *Diagnostica per immagini - come vedere ciò che è invisibile a occhio nudo*, *Let's Science* vol. 6, Roma, Carocci, 2019.

Bianchini, Mara, Grandi, Veronica; *Dal concepimento al parto - un viaggio meraviglioso*, *Let's Science* vol. 7, Roma, Carocci, 2019.

Barbero, Marco; Bassi, Laura, *Il dolore - non sempre è un nemico*, *Let's Science* vol. 8, Roma, Carocci, 2019.